



10. december 2015

Indhold:

Nye certificerede saunaer

Årets saunarejse blev en succes!

DM i saunagus til næste år!

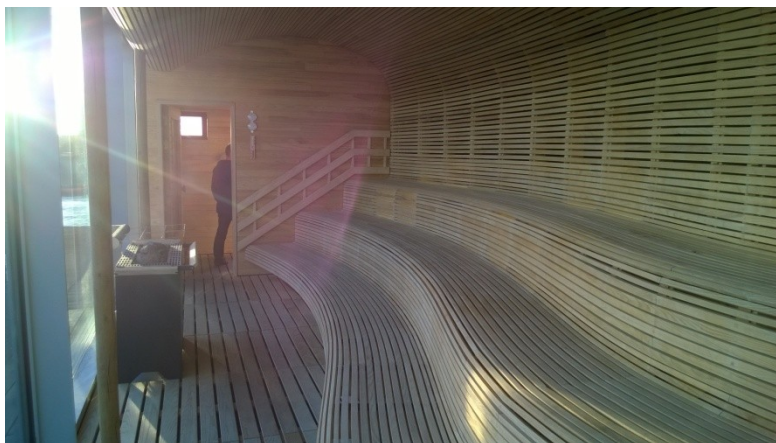
Finsk multikunster demonstrerer "kvastning" i København.

Hvor kan vi bade?

Nye medlemmer

Nye certificerede saunaer

Søndag d. 8. november indviede vinterbadeforeningen Det Kolde Gys deres fælles (og panorama) sauna på Helgoland på Amager Strand. Der fik vi lejlighed til, at måle den igennem og udstede et certifikat på stedet. Måleresultaterne kommer snart på hjemmesiden.
Se mere på:



<http://www.saunaselskab.dk/saunatests/> De står i postnr. Orden!
(Husk altid at rulle ned på side 2, der kan være fotos fra den testede sauna!)

Årets saunarejse



Fredag d. 30. oktober fløj 10 håbefulde medlemmer til Riga på Saunaselskabets årlige saunarejse, der denne gang havde temaet: "Røgsauna". De nyeste medlemmer af gruppen, nåede vi faktisk først at hilse på i flyet og efter landingen i Riga. I to lejede VW'er kørte vi så de godt 200 km til det sydøstlige hjørne af Estland til området kendt som "Vorumaa", som er kommet på UNESCO's kultur verdens arv liste på grund af deres udbredte røgsauna kultur. Vi fandt, trods en temmelig dårlig GPS, let frem til vores "base" for de to næste nætter Rogosi Manor, der er en gammel herregård og muligvis tidligere kloster, som har ligget hen i lang tid, men nu har fået tilskud til renovering, så det fungerer som restaurant og overnatningssted til humane priser. Vi blev modtaget med åbne arme, et måltid mad og en varm sauna, dog ikke en røgsauna, men en almindelig brændefyret, som så kaldes finsk sauna i Estland! Lørdag morgen kørte vi til vores kontaktperson i området Eda Veeroja på Mooska Farm og fik en rundvisning og en historie om røgsauna kulturen. Eda bød også på en lidt speciel drink i et sylteglas med vodka og egen hugorm, se foto! (Den var død!) Det var en iskold morgen med rimfrost i græsset, men resten af turen kom til at foregå i rimeligt lunt vejr, årstiden taget i



betragtning.

Derefter kørte vi de ca. 30 km til Hämsaare Puhketalu, hvor de havde varmet 2 små saunaer op til os, en finsk og en røgsauna,

som vi så kunne skiftes til at bade i. Desværre var vandstanden i den dam vi skulle svale os i ind imellem, for lav til at bruge. Et generelt problem skulle det vise sig, da man havde haft den mest tørre oktober måned i de 100 år de havde målt den slags. Men det havde man forudset, så vi fik en haveslange med et bruserhoved til at køle af med efter røgsaunaen. Den finske sauna var fuldt udstyret med brusekabine med koldt og varmt vand (opvarmet via en varmespiral i saunaovens stenkammer!) og et afslapningsrum med bord og bænke. Efter et par timers badning og hyggesnak,



trak vi op til restauranten, hvor kromutter havde forberedt sin specialitet med en sammenkogt ret med svinekød, rodfrugter og grøntsager, hertil lokale "softdrinks". Pris: € 8,- per snude!

Så kørte vi med et lille pitstop i et supermarked de ca. 50 km videre til Männi talu lidt længere nordpå. Og tænk, den elendige GPS kunne kun finde landsbyen ikke selve adressen, men da den erklærede, at vi havde nået målet midt på en øde landevej, så holdt vi faktisk lige ud for

indkørslen til Männi talu!?!

Her fik vi en kort introduktion til gården og faciliteterne og gik så i gang med den næste, denne gang store røgsauna, med tilhørende landsbysmedie med esse, ambolt og det hele, nu udstyret som afslapnings/afklædnings rum. Ved siden af var der også en billardsture med vildsvine og elsdyr skind på væggene til fri afbenyttelse (altså ikke skindene, men billardstuen!). Der var stillet koldt og varmt vand frem til os i saunaen, og vi hentede mere (is)koldt vand fra en brønd midt i gården. Efter endt badning blev vi bænket ved et bord i stuehuset og fik serveret stegt vildsvin med diverse tilbehør, lokale softdrinks,



kaffe, te og ostetærte.

Og så tilbage til Rogosi Manor, som vi simpelthen havde fået hovednøglen til, så vi kunne komme ind i det ubemandede gæstgiveri, hvor vi så havde restauranten helt for os selv til en lille "get together" lørdag aftenes fest med medbragte drikkevarer og snacks.

Søndag morgen efter morgenmad, afregning og stort farvel knus fra værtinden kørte vi tilbage til Letland og mod Riga, hvor vi ca. 30 km før byen drejede ind til Letlands Sauna Museum, hvor vi fik en guidet tur rundt på området med 9 forskellige saunaer, alt inspireret af den tidligere finske saunalandsby i Muurame. Vi blev lidt kolde, så det var



rart at komme i deres moderne (bygget 2012) røgsauna med plads til alle. Dog havde de stoppet opvarmningen lidt for tidligt, så der var lidt sodpartikler i luften, der sved lidt i øjnene. Det klarede vi med en hurtig udluftning så vi kunne komme rene til Letlands hovedstad. Inden fik vi dog et fint måltid bl.a. bestående af en varmrøget laks, som var blevet røget i vores røgsauna under opvarmningen – det kan man nemlig også bruge røgsaunaer til! (Tidligere startede og endte man jo sit liv der idet børnene blev født der og de døde blev gjort i stand der – dog ikke samtidig ;o)

Efter mørkets frembrud nåede vi så frem til vores 4 stjernede spa hotel i Riga, hvor vi havde lidt bøvvl med parkeringen af bilerne – det var midt i centrum! Til gengæld var der ikke langt til turist attraktionerne og restauranterne, som blev frekventeret søndag aften og lørdag formiddag inden vi kørte til lufthavnen, fik afleveret bilerne, klaget over den elendige GPS og tjekket ind. Tidligt mandag aften var en flok rejsende fra Saunaselskabet hjemme i Kastrup Lufthavn igen. Alle var trætte, tilfredse og lugtede som en spejder nyligt hjemkommet fra en sommerlejr!



DM i saunagus til næste år!

Fredag d. 13. november 2015, er en dag, som vil huskes af mange, men vi havde altså også evalueringsmøde om årets DM i saunagus, samt møde om, hvad, hvornår og hvor DM skulle være i 2016.

De fleste var godt trætte af den stress, der fulgte med kvalifikationen til VM, så det blev besluttet, at DM i 2016 skal foregå uden kvalifikation til VM i Øbro Hallen lørdag/søndag d. 7. og 8. maj. Nu med nyt point system, herom mere næste gang.

Kvalifikationen til VM vil så foregå som et NM i Bjerringbro Idrætspark's badeanlæg under ledelse af Diana og Flemming samt Saunaselskabet lidt senere, men dog i god tid før VM som forventes igen at foregå i september måned, der er dog ingen der endnu ved hvor?

Finsk multikunster demonstrerer "kvastning" i København.

Den finske billed- og multi-kunster Mari Keski-Korsu er i København for at lave en event, hvor hun gør saunabadning i almindelighed og begrebet "kvastning" i særdeleshed kendt for de danskere, der vil stifte bekendtskab med dette. Hun lavede en tilsvarende event i Skotland i juli måned. Et sted, hvor sauna kulturen, om muligt, er endnu dårligere end den er i Danmark. Det blev en stor succes, som altså nu følges op i gården bag det røde plankeværk hos Astrid Noacks Atelier, Rådmandsgade 34, 2200 København N. Der vil være tilmelding til en gratis behandling eller "selvkvastning" på følgende tidspunkter:

Mari taler ikke dansk, men flydende engelsk, lidt svensk og selvfølgelig finsk! Saunaselskabet hjælper med vores ene teltsauna, som slås op i gården og udvides til formålet, så der er samtidig mulighed for at prøve den. Der vil også blive mulighed for at tilmelde sig elektronisk via Doodle, der

Sunday 22.11.	Monday 23.11	Tuesday 24.11.	Wednesday 25.11.
12 -- 13	16 -- 17	16 -- 17	11 -- 12
13 -- 14	17 -- 18	17 -- 18	12 -- 13
14 -- 15	18 -- 19	18 -- 19	13 -- 14
15 -- 16	19 -- 20	Open sauna, self-whisking demonstration	Open sauna, self-whisking demonstration

kommer et link til dette på vores Facebook side, da det ikke er tilgængeligt i skrivende stund.



Her er fotos fra eventen i Skotland, hvor saunaen blev bygget delvis af staver fra kasserede whisky tønder! Vi ser også Mari i fuldt sving med en omgang "whisking" som det er kommet til at hedde på engelsk. Gå på YouTube og søg på "Lambasting" så finder du små videoer, der viser, hvad det er! Jeres formand, der er uddannet af den samme lærer som Mari er uddannet hos, hjælper med kvastningerne så Mari kan få en pause ind imellem. Det er nemlig hårdt arbejde. Mari slutter sit besøg i København af, med en tilsvarende optræden i Sofiebadet onsdag aften fra kl. 19.00 som en del af Sofiebadets "Hamam dialog"

Hvor kan vi bade?

Havfruebadning, nye priser:

Vi opfordrer medlemmerne til at købe en elektronisk nøgle, hvor **prisen 2016 er kr. 425,- pr. år**, ved personlig henvendelse på Turistkontoret på 1. sal i Ishøj Bycenter (dog koster **nøglebrikken kr. 110,-** men det er en engangsudgift!). Efter henvendelse til Ishøj Kommunes webmaster er det lykkedes at få genoprettet den manglende side om Havfruen, se:

<http://www.ishoj.dk/sites/private/files/Vandkulturb%C3%A5den%20Havfruen.pdf>

Husk også at forny Jeres nøglebrik i december måned, da der nulstilles 11. januar og nye så kan komme til, og der er rift om det begrænsede antal nøglebrikker. Husk også, at de har bøvlede åbningstider fra 10.00 til 16.00 i vinterhalvåret!

Når I anskaffer en elektronisk nøgle eller fornyer den gamle, kan I med fordel meddele os, at I er brugere af Havfruen, så vi bliver i stand til at advare Jer, hvis der er driftsforstyrrelser eller andet, der forhindrer adgangen, således at I ikke går forgæves og spilder en masse tid på ingenting. Ishøj Kommune gør det nemlig ikke!

Det er jo rørende billigt for ubegrænset saunabadning 6 dage ugentligt (ikke onsdag!) fra kl. 13.00 til 21.00. Ved brug ca. 1 gang ugentligt er det kun ca. 8 kr. pr. gang eller 10 kr. første år når vi regner nøglebrikkens pris med. Se på vores hjemmeside, hvor let det er at komme til Ishøj Havn og "Havfruen".

Hvis du først vil se, hvad det er for noget før du investerer en halv tusse, så kontakt DDS og bed om en prøvebadning inden for de viste åbningstider, så står vi gerne til rådighed.

Bestyrelsen vil fortsat være til stede hver torsdag, samt også ofte på lørdag eftermiddag/aftener. Vi sørger naturligvis for, at der vil være en vihta (birkekvast) såvel som duftolier til rådighed for medlemmerne ganske gratis.

Frederiksberg Svømmehals kurbad:

Her kan vi fortsat bade den første onsdag i hver måned til pensionistpris mod forevisning af gyldigt medlemskort. Vi gør opmærksom på, at hvis medlemmerne vil træffe et bestyrelsesmedlem for en snak om næsten hvad som helst, så send lige en mail til selskabets

mail adresse: detdanskeaunaselskab@gmail.com senest to døgn før. Så stiller mindst en fra bestyrelsen op og tager gerne imod konstruktiv kritik og gode ideer.

Slotssøbadet i Kolding:

Her får du 10 % på entreen til badet, dog ikke til Dronning Dorotheas Badstue, hvis du kan fremvise et medlemskort.

Vi opfordrer andre bade til at komme med lignende attraktive ordninger og medlemmerne til at formidle kontakten til Saunaselskabet, så vi kan forhandle flere ordninger igennem.



Velkommen til nye medlemmer:

Som en medlems service byder vi hermed velkommen til de medlemmer, der har meldt sig ind siden sidste "Sauna-Posten":

Christian Riisager/Carina Riisager, Vejen
Ulla/Christian Espersen, Silkeborg

Vi håber i vil få glæde af jeres medlemskab i forhåbentlig mange år fremover.

Det Danske Saunaselskab har som formål at udbrede kendskabet til finsk saunakultur og værne om de traditionelle saunaskikke. Desuden er det selskabets opgave at fremhæve saunabadningens generelle betydning for et sundt liv og livsstil.

Evt. donationer modtages gerne på konto nr. 1551-3719292445, tilmeldingsblanket findes på hjemmesiden, og husk, at indmeldelser efter 1. november gælder for hele det næste år, og giver stemmeret på generalforsamlingen i marts.

Det Danske Saunaselskab, c/o Finlands-Kulturinstitut
Sankt Annæ Plads 24 A, Gården 3. sal · 1250 København K
detdanskeaunaselskab@gmail.com · www.saunaselskab.dk